10/09

http://www.samaritains.ch

nous,
samaritains

Se faire cocoler au camp d'automne

15 | Souvenir des joutes 2009 à Rebstein

16 | Zoothérapie, un tandem tessinois

18 | Accompagnement en fin de vie

20 | Concours des jeunes à Savièse

FLYER

Innovation in Mobility

Jouissez d'une pleine liberté...

grâce aux vélos électriques FLYER

Enclencher, enfourcher, s'élancer – et dévaler par monts et par vaux avec un sourire détendu aux lèvres. Un simple coup de pédale, et le moteur électrique silencieux optimise votre propre force musculaire de 150% maximum. Un accumulateur est suffisant pour couvrir jusqu'à 80 km. Pour les uns, il s'agit tout simplement d'une manière agréable de faire du vélo, pour les autres, le FLYER permet d'effectuer des tours qui ne seraient pas envisageables avec un vélo «normal» – en couple, en famille ou entre amis.

Commandez les documentations de FLYER par SMS:

Catalogue de produits FLYER: **[flyerf34]**

Carte de Suisse FLYER: **[flyerland34]**

Bon pour essai sur route gratuit (valeur de CHF 45.–): **[flyergut34]**

[SMS avec **[Code]** et nom/adresse à 919 (20 ct/SMS)]

Samedi 7 novembre 2009

Grande vente de vélos d'occasion FLYER à la nouvelle usine FLYER à Huttwil/BE

:: Plus de 500 modèles issus des stations de locations et du parc expérimental

:: 12 mois de garantie usine

Votre vélo de rêve FLYER entièrement révisé pour vous et livré par un revendeur FLYER de votre choix.

Biketec AG • Schwende 1 • CH-4950 Huttwil/BE • Tél. +41 (0)62 959 55 55 • info@flyer.ch • www.flyer.ch

Editorial

Que du bonheur

Travailler avec des jeunes, ce n'est que du bonheur. Combien de moniteurs votre rédactrice n'a-t-elle pas déjà entendu s'exprimer ainsi. Dans ce numéro, la jeunesse est à l'honneur.

Septante-six Alémaniques, membres de groupes Help dans divers cantons, se sont rendus à Moléson-sur-Gruyères pour leur traditionnel camp d'automne. Le reportage en page 4 leur est consacré.

Quant aux jeunes Sam'Help du Valais romand, ils étaient conviés à Savièse le 12 septembre dernier pour y disputer leurs joutes annuelles. Le temps était clément et l'ambiance au beau fixe. Votre servante n'a pas résisté à l'envie de faire partager aux lecteurs le bonheur de voir travailler ces secouristes en herbe (pages 20 et 21).

Nos amis neuchâtelois aussi se consacrent à la jeunesse. Ils sont à la recherche de volontaires qui pourraient les épauler pour encadrer des groupes de jeunes qui se réunissent une fois par mois (p. 23). Avis à ceux qui souhaitent s'offrir quelques bouffées de bonheur.

De leur côté, Milena Zanni et Teseo, son compagnon à quatre pattes, se sont donné pour mission d'apporter des instants de bonheur à des personnes âgées ou atteintes dans leur santé (page 16).

Chantal Lienert

Sommaire

Reportage
04 | Voyage en Suisse à Moléson-Village
Jouer, faire du sport, partir à l'aventure, voilà le programme du camp d'automne 2009 de la jeunesse samaritaine à Moléson-sur-Gruyères.

En savoir plus
10 | L'appareil locomoteur passif
L'appareil locomoteur passif se compose d'os, d'articulations et de ligaments. Les os et le cartilage confèrent à notre corps sa forme et nous permettent de nous tenir debout.

Samaritain aujourd'hui
13 | Don du sang et grippe pandémique
L'OFSP annonce une hausse des diagnostics de grippe pandémique durant les dernières semaines. Si elle se propage rapidement en Suisse cet automne ou cet hiver, les procédures de collecte de sang seront modifiées.

Samaritain aujourd'hui
15 | Les samaritains révélés au public
Les participants aux joutes samaritaines suisses des 12 et 13 septembre 2009 à Rebstein garderont le souvenir d'une fête parfaitement organisée. Quant aux villageois, ils ont été séduits par le professionnalisme et la joie de vivre des secouristes.

Sections et associations
20 | Nouvelles de Suisse romande

Concours
25 | Tentez votre chance

Agenda
26 | Vos rendez-vous !

Un camp de gais lurons à Moléson-sur-Gruyères.

Voyage en Suisse à Moléson village

Camp d'automne 2009 de la jeunesse samaritaine

Jouer, faire du sport, partir à l'aventure, voilà le programme du camp d'automne 2009 de la jeunesse samaritaine à Moléson-sur-Gruyères. Le « voyage en Suisse » – tel est le thème du camp – a emballé petits et grands.

Texte: Zita Motschi
Photos: Patrick Lüthy

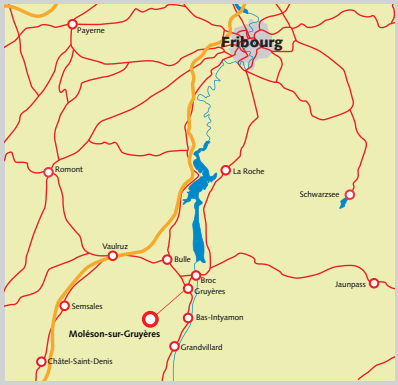
C'est avec un bel appétit que les septante-six participants du camp d'automne entament leur petit-déjeuner. Les conversations vont bon train, le chocolat chaud est gouleyant et finalement, la petite troupe rassasiée est prête pour de nouvelles aventures. Va-t-on faire des exercices de premiers secours? Eh bien, non.

On est là pour s'amuser

Le responsable de l'organisation, Pascal Fischer, vingt ans, précise : « Pendant le camp d'automne, ce sont les jeux et le fun qui sont au premier plan. Des jeunes Help en provenance de toute la Suisse alémanique peuvent y participer. La priorité est aux rencontres, dont certaines se prolongent d'ailleurs après le camp. Pendant la semaine, le groupe développe sa dynamique propre, ce qui n'empêche pas l'émergence de processus d'apprentissage... ». Daniel Hess, vingt-deux ans, membre de l'équipe organisatrice relève qu'année après année, on retrouve d'anciennes connaissances dans les divers camps Help, et « je trouve ça super ». Christian Ernst, trente-deux ans, rempile chaque année depuis huit ans. Il résume : « Pour moi, le challenge est de se retrouver avec des gens issus de milieux différents et de former une équipe qui fonctionne, c'est toujours passionnant! ». Et tous trois sont d'avis que de travailler avec des enfants ne procure que du bonheur.

Daniel Hess, Pascal Fischer et Christian Ernst (du fond vers l'avant).

Moléson-sur-Gruyères



À la cuisine.

Séance de lecture pour le spectacle sur Guillaume Tell.

Guillaume Tell et son arme.

Avant le repas de midi.

Visite du chef-lieu

Mais cette année, quel est le programme du camp d'automne? Christian Ernst et Daniel Hess montrent le planning de la semaine. Il y aura notamment une course d'orientation à Fribourg, car c'est une tradition du camp d'automne de visiter le chef-lieu du canton dans lequel on séjourne. Par ailleurs, le premier soir il y a toujours des jeux pour faire connaissance. Outre les activités sportives et quelques excursions, comme l'ascension du Moléson, un élément typiquement suisse ne doit pas manquer. Cette année, les organisateurs ont choisi comme thème « Le voyage en Suisse ». Ils ont inventé un jeu de la croix suisse, une lutte des cantons et aujourd'hui, c'est la journée Guillaume Tell.

Soirée Guillaume Tell

Le show de ce soir sera placé sous l'égide du héros national. Neva Leuzinger, gymnasienne glaronnaise est en charge de l'organisation avec son collègue Remo Lanz. Après le petit-déjeuner, Neva demande aux campeurs de former six groupes et leur distribue un résumé de l'histoire de Guillaume Tell que le chef de groupe lit à haute voix. Il s'agit ensuite de répondre à des questions au sujet du texte qui vient d'être lu et, clou de la journée, chaque groupe doit préparer une production en rapport avec la scène de la pomme. Un groupe doit se débrouiller avec les mots clé « musical » et « papier WC » ou un autre avec « international », c'est à dire en plusieurs langues, et « cervelas ». De l'imagination et de la créativité sont à l'ordre du jour, car le soir, il s'agira de présenter tout un spectacle.

Un balai devient cheval

Jeunes gens et jeunes filles se mettent au travail. Aucun accessoire n'ayant été emporté dans les bagages, on teste tout ce qui traîne dans les parages. Un balai devient cheval, du papier d'aluminium permet de façonner le masque d'un Martien, les draps, très polyvalents, sont très demandés. Certains s'affairent comme des petits nains alors que d'autres sont plus relax. Mais tous ont mérité la

Un groupe devant le chapeau de Gessler.

Une solide équipe.

pause de midi. La brigade de cuisine attend avec de goûteuses saucisses à rôtir, de savoureux röschtis et des flans caramel faits maison. Le repas chaud fait du bien en cette fraîche matinée d'automne.

Concours le vendredi soir

Traditionnellement, le vendredi soir est toujours particulièrement mémorable. Les jeunes qui n'en sont pas à leur premier camp prennent des airs mystérieux lorsqu'on évoque le sujet. Daniel Hess et Pascal Fischer confirment qu'avec l'élection de Miss et de Mister Camp d'automne, la dernière soirée est en général haute en couleurs. C'est une tradition. Des couples sont tirés au sort qui peuvent aller manger ensemble. Tout le monde se met sur son trente et un, c'est très amusant. Mais souvent, les couples sont mal assortis et les affinités se créent avec d'autres partenaires. Mais pour finir, qui devient Miss et Mister camp d'automne? Les plus beaux? « Non, pas nécessairement. Il s'agit surtout de séduire et de susciter la sympathie », explique Pascal Fischer.

Un camp d'automne en Suisse romande avec des excursions, des jeux, des fêtes et de succulents repas, cela doit coûter cher? Les responsables tempèrent : « Non, ce n'est pas si cher que cela. Les moniteurs, nous sommes tous bénévoles. Les participants payent 240 francs par personne, les enfants d'une même fratrie 200 francs. En outre, l'ASS nous alloue 40 francs de subvention par campeur et c'est avec ça que nous tournons. »

« La bataille de couvertures, un grand pied »

Robin Glauser, 11 ans, vit à Effretikon et est depuis trois ans membre des Help Illnau Effretikon. C'est la première fois qu'il participe au camp d'automne avec un cousin, deux cousines et son grand frère. Bien que tout soit nouveau pour lui, il se sent très bien à Moléson-Village, presque tous les copains sont sympas, les sujets variés et la cuisine excellente.

Gion Dosch, 14 ans, vient de Coire et fait partie des Help depuis trois ans. Il connaissait déjà trois ou quatre personnes qui revenaient toujours enchantées du camp d'automne. C'est ce qui l'a incité à s'inscrire. La bataille de couverture du premier jour est ce qui l'a le plus impressionné jusqu'ici. « C'était un pied invraisemblable », rayonne-t-il.

Tatjana Mika, 8 ans, habite Glaris et a rejoint les Help le 17 mai de cette année. Elle est la benjamine du camp, mais cela ne l'empêche pas de se sentir bien intégrée. Ça lui plaît beaucoup de rencontrer des camarades d'autres groupes Help. Elle ne tarit pas d'éloges sur les repas et les lits bien chauds. Et elle se réjouit de vendredi soir, car elle pourra rester debout plus longtemps et samedi, elle embrassera à nouveau sa petite sœur Joya.

Ramona Christeler, 19 ans, vient de Au (ZH) et fait partie des Help de Berne. La future installatrice électricienne en est à son cinquième camp d'automne. Elle adore cette semaine d'évasion, aime rencontrer toutes ces personnes de tous les cantons et partager des activités avec elles. Et vendredi soir ? « Je serai candidate », déclare-t-elle en rigolant.

Neva Leuzinger.

Photo de groupe avec le village du Moléson à l'arrière-plan.

Recette n° 22

Analyser les défections

Les fluctuations des effectifs sont à surveiller de près. Chaque fois qu'un membre s'en va, il faut se poser des questions. Même s'il n'est plus possible de faire machine arrière, il faut savoir ce qui a motivé le départ. Car si c'est en lien avec la section, il est possible de réagir pour éviter de nouvelles défections.

Si les départs sont compensés par des arrivées, votre section se porte bien, et encore mieux si les nouvelles arrivées sont supérieures aux départs. En revanche, si les défections se suivent en cascade, il faut réagir. Analysez les motifs des départs, cherchez-en les raisons. Si elles ont quelque chose à voir avec la section, intervenez immédiatement.

La section, un lieu de convivialité

À part les buts de la société, d'autres raisons peuvent motiver une adhésion. Par exemple, une vie associative animée et amicale. Pour de nombreux membres, la section est aussi un lieu où entretenir des contacts. En dehors des exercices de premiers secours, proposez également des activités qui permettent de resserrer les liens. D'ailleurs, les membres ont très souvent de bonnes idées, il suffit de les écouter. Faites preuve d'esprit d'ouverture et ne craignez pas de sortir des sentiers battus.

Surveiller l'indice de satisfaction

Plus les membres seront contents, plus ils seront attachés à leur section. Si vous répondez à leurs demandes, ils en parleront autour d'eux et le bouche à oreille est la meilleure publicité. Des membres satisfaits et motivés demeurent le moteur de toute société tandis que ceux qui s'en vont frustrés répandent une mauvaise image.

Avant d'investir beaucoup d'énergie dans le recrutement de nouveaux membres, assurez-vous que les membres existants sont satisfaits. Ce sont les meilleurs ambassadeurs de la cause samaritaine et de celle de votre section.

Gery Meier,
responsable marketing
gery.meier@samariter.ch

Publicité

... encore plus d'idées pour cadeaux!

Sac à dos fonctionnel Samaritain

Art. 3298
sans contenu
CHF 99.–
NOMBRE

Art. 3299
avec pharmacie SAN, art. 3314
CHF 231.–
NOMBRE

Sac à dos de secours First Responder

Art. 3304
sans contenu
CHF 350.–
NOMBRE

Art. 3310
avec contenu
CHF 1380.–
NOMBRE

Prix avec TVA, frais d'envoi CHF 9.– pour commandes inférieures à CHF 200.–

Trouvez les informations détaillées sur le contenu sous http://shop.samariter.ch

Commande

samaritains

Envoyez votre commande à:
Alliance suisse des samaritains
Service des ventes
Case postale, 4601 Olten

Téléphone 062 286 02 85
Fax 062 296 03 71
e-mail shop@samariter.ch
http://shop.samariter.ch

W-026/2009-F

No. Client | Section/Ass.

Nom | Prénom

Rue | NPA/Lieu

Téléphone | e-mail

FLAWA Quickhelp

FLAWA Quickhelp est un pansement multi-usages pour l'assistance lors des premiers secours en cas de blessures et lésions diverses.

Quickhelp est le produit idéal 2-en-1 en cas d'urgence: une compresse et un bandage elastique en un.

Mode d'emploi:
La compresse et la blessure doivent être préservées tant que possible de toutes souillures. Appliquer la compresse pliée – lors de petites blessures ou pour la compression – ou non pliée – pour blessures importantes – sur la plaie. Rouler la bande autour et fixez-la avec les agrafes.

Et tout cela naturellement dans la qualité FLAWA.

Ces pages sont mises à la disposition des partenaires de l'AAS qui en assument le contenu rédactionnel.

Publicité

Soldes!

Pharmacie des familles
Article 3395

Trouvez les détails sur le contenu sur www.samaritains.ch > Marketing.

CHF 59.90
au lieu de CHF 115.–

Prix avec TVA, frais d'envoi CHF 9.– pour commandes inférieures à CHF 200.–

Commande Pharmacie des familles 3395 ☐ Quantité

samaritains

Envoyer à:
Alliance suisse des samaritains
Service des ventes
Case postale, 4601 Olten

Téléphone 062 286 02 85
Fax 062 296 03 71
e-mail shop@samariter.ch
http://shop.samariter.ch

No. client _____ Section/Association _____

Nom _____ Prénom _____

Rue _____ NPA/Lieu _____

Téléphone _____ e-mail _____

La mobilité à toute épreuve

Les membres du TCS n'ont pas à craindre les rigueurs de l'hiver. En Suisse comme à l'étranger, ils bénéficient du soutien de professionnels hautement qualifiés. Outre un service de dépannage professionnel, l'adhésion au TCS donne accès à de nombreux privilèges dans les domaines de la mobilité et des loisirs.

L'hiver, la mécanique est mise à rude épreuve et les véhicules à moteur subissent un grand nombre d'avaries. Les températures froides poussent les moteurs et leurs composants à la limite de leur résistance, telle la batterie qui fonctionne toujours à plein régime. Une panne au mauvais moment peut vous faire manquer un rendezvous professionnel ou un avion… Mais si vous êtes membre du TCS, il est fort probable que ce genre de mésaventure ne vous arrivera pas. Quelque dix minutes après votre appel à la centrale d'intervention, au numéro 140, les voitures jaunes de la Patrouille sont à vos côtés. Dans près de 90% des cas, les mécaniciens du TCS réparent votre voiture sur-le-champ et vous permettent de reprendre la route. Si tel n'est pas le cas, tous les moyens sont mis en œuvre pour vous amener à bon port dans les plus brefs délais.

Professionnels

Le label TCS est fermement ancré dans le quotidien helvétique. La confiance du Touring Club Suisse en ses «anges de la route» est telle qu'il est prêt à parier sur leurs capacités, et offre un bon de 55 francs au cas où le patrouilleur ne parviendrait pas à résoudre sur place une des trois pannes les plus fréquentes: problèmes de pneus, de batterie ou perte des clés du véhicule. Mais l'adhésion au TCS ouvre aussi la porte à une série infinie de produits conçus pour satisfaire aux exigences de la mobilité. Qui ignore encore l'existence du Livret ETI, le précieux document qui vient de fêter son 50e anniversaire? Ou la protection juridique Assista qui fournit une assistance en cas de litige devant les tribunaux et prend en charge les frais de justice ou d'avocat? Et qui n'a jamais entendu parler de l'assurance avantageuse pour véhicules à moteur Auto TCS (demandez une offre gratuite!)? Mais la mobilité, c'est aussi les vacances et les loisirs, et donc les propositions de Voyages TCS, ainsi que des informations touristiques concernant les pays du monde entier.

Le vaste assortiment des agences TCS

Les nombreuses agences réparties dans toute la Suisse sont à disposition des membres TCS. Outre les prestations de base du club ainsi que des arrangements de voyage, il est possible d'y acheter tout un assortiment de produits liés à la mobilité à des prix intéressants. L'offre s'étend des navigateurs GPS aux sièges d'enfants certifiés par le TCS à un large choix d'accessoires de bord, bien entendu évalués par le centre technique du club.

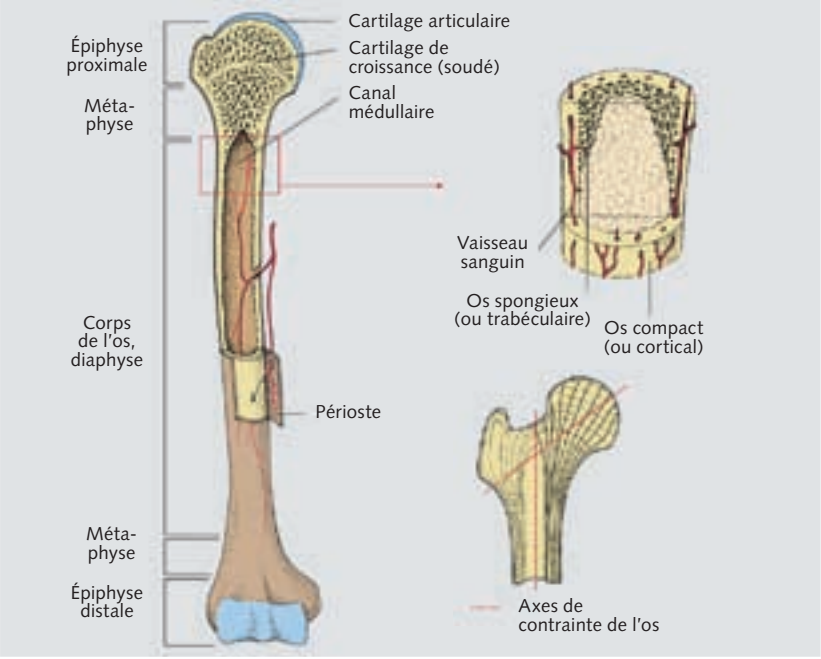
Priorité à la sécurité

En adhérant au TCS, vous contribuez à promouvoir la sécurité routière. En effet, le club entreprend des campagnes de sensibilisation, effectue des tests automobiles et publie des brochures informatives. Il voue également une grande attention à l'éducation routière dans les écoles, d'où sortiront les futurs usagers de la route. À ces activités s'ajoutent les cours de perfectionnement de la conduite pour tous les types de véhicules organisés par Test&Training TCS et par les 24 sections cantonales. Celles-ci proposent, en outre, divers contrôles techniques pour véhicules.

L'appareil locomoteur passif

L'appareil locomoteur passif se compose d'os, d'articulations et de ligaments. Les os et le cartilage confèrent à notre corps sa forme et nous permettent de nous tenir debout.

Texte : Brigitte Strahm
Illustrations Huch/Jürgens: Mensch Körper Krankheit, Elsevier GmbH, Urban & Fischer Verlag München



Cette illustration montre les trabécules osseuses (tissu spongieux).

Un adulte possède plus de 200 os différents. Pour mieux faire la distinction, on classe les os en différents types, selon leur forme et leur fonction.

Os longs : Les os longs présentent un corps tubulaire allongé qui contient la moelle osseuse. Leur couche externe (corticale) est constituée de substance compacte. Toutes les zones soumises à des contraintes sont renforcées par une structure en éponge, formée de fines travées (trabécules) osseuses et appelée tissu spongieux, qui les rend beaucoup plus légères que l'os compact tout en leur offrant suffisamment de solidité.

Le tracé et l'épaisseur des trabécules osseuses varient en fonction des contraintes.

Os plats : Les os plats, comme les omoplates ou les os crâniens, ont pour rôle de protéger des organes internes ou des insertions musculaires. Ils renferment une grande quantité de moelle rouge.

Os courts : Les os courts, p. ex. les os carpiens (poignet), ont généralement une forme cubique ou carrée. Leur couche corticale est moins épaisse que celle des os longs.

Tous les os sont recouverts d'une membrane appelée périoste, parcourue par des vaisseaux sanguins et des nerfs qui nourrissent et protègent l'os respectivement.

Le squelette peut être subdivisé en différentes parties :

- **Crâne**
- **Colonne vertébrale**
- **Cage thoracique et ceinture scapulaire**
- **Membres supérieurs (bras)**
- **Bassin**
- **Membres inférieurs (jambes)**

Crâne

Le crâne contient le cerveau, des organes sensoriels et la porte d'entrée des voies aériennes et digestives. À l'âge adulte, les os crâniens sont réunis par des sutures. Chez le nouveau-né, ils sont encore séparés par des espaces membraneux (fontanelles), qui permettront la croissance du cerveau et s'ossifieront au fil des années. Le crâne est subdivisé en boîte crânienne et massif facial.

La boîte crânienne abrite et protège le cerveau. Sa partie supérieure forme la voûte crânienne.

Le massif facial représente, lui, l'encadrement osseux des yeux, de la bouche et des fosses nasales. La mâchoire supérieure constitue la limite osseuse du conduit nasal. Les mâchoires inférieure (mandibule) et supérieure (maxillaire) portent les dents. Leur articulation permet de bouger la mandibule pour mâcher et parler.

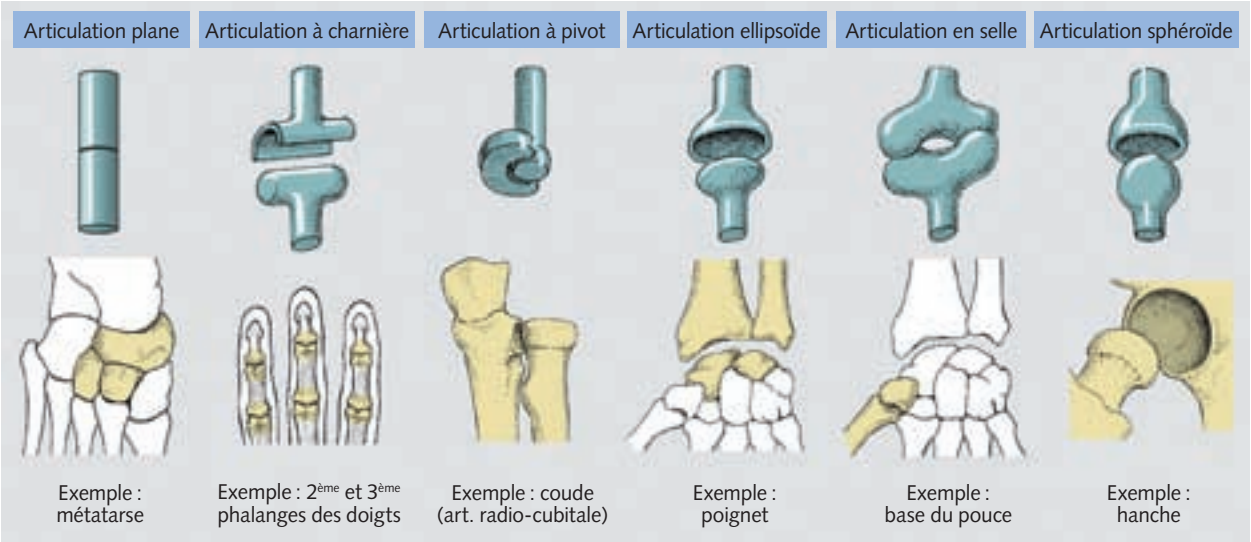
Colonne vertébrale

La colonne vertébrale ou rachis se compose de 24 vertèbres différentes, reliées entre elles et quasiment toutes mobiles. Elle comporte cinq régions : cervicale (7 vertèbres), dorsale ou thoracique (12 vertèbres), lombaire (5 vertèbres) et pelvienne (sacrum et coccyx).

Si l'on observe un être humain de profil, on remarque que ces différentes parties n'ont pas la même forme : la région cervicale présente une courbure concave et la dorsale une courbure convexe, la zone lombaire à nouveau concave et la région pelvienne, à son tour, convexe. Cette conformation anatomique particulière « en double S » a pour but de minimiser autant que possible et de mieux répartir les secousses,

Série «Anatomie humaine»

N° / édition	Sujet
1/9 –>	Cellules – Tissus – Peau
2/10 –>	L'appareil locomoteur passif
3/1 –>	L'appareil locomoteur actif
4/2 –>	L'appareil digestif – 1re partie
5/3 –>	L'appareil digestif – 2de partie
6/4 –>	L'appareil respiratoire
7/5 –>	La circulation sanguine et lymphatique
8/6 –>	Le système cardio-vasculaire



Les différents types d'articulation.

inévitables lors de la marche chez l'être humain.

Les vertèbres se composent d'un corps et d'un arc postérieur avec, au milieu, une cavité osseuse où se trouve la moelle épinière (canal rachidien).

Cage thoracique et ceinture scapulaire : La cage thoracique est formée des 12 côtes souples, du sternum et des vertèbres dorsales. Les côtes sont liées aux vertèbres de manière à permettre des mouvements, notamment le soulèvement de la cage thoracique lors de l'inspiration et son abaissement lors de l'expiration.

Les sept premières côtes sont directement rattachées au sternum, l'os plat au milieu de la cage thoracique, par du cartilage. On les appelle vraies côtes. Les cinq autres sont dites « fausses » et « flottantes » parce qu'elles n'y sont reliées qu'indirectement.

La ceinture scapulaire unit les os des membres supérieurs au tronc. Elle comprend les clavicules et les omoplates.

Les omoplates, os plats dorsaux, et les clavicules, qui passent devant la cage thoracique, avec leur articulation sternale garantissent un appui très mobile des bras au niveau du tronc.

Membres supérieurs : Les membres supérieurs (bras) ont avant tout une fonction tactile et préhensile. Ils sont rattachés à la cage thoracique et à la colonne vertébrale par la ceinture scapulaire. On distingue trois parties : le bras, l'avant-bras et la main.

Le bras comporte un os (humérus), relié en haut à l'omoplate par l'articulation de l'épaule.

L'avant-bras en comporte deux : le cubitus et le radius. À l'extrémité supérieure du cubitus se trouve la glène pour l'articulation du coude. Le cubitus et le radius sont unis par une autre articulation, en haut, et par une membrane, tout le long. Cette disposition confère une grande diversité de mouvement à l'avant-bras et à la main. Cette dernière comprend 8 os carpiens, 5 os métacarpiens, 2 phalanges dans le pouce et 3 respectivement dans les autres doigts.

Bassin : Le bassin est un anneau osseux solide qui se compose des deux os iliaques et du sacrum. L'os iliaque est en fait constitué de trois os soudés, l'ilion, l'ischion et le pubis, qui protègent les organes abdominaux. Le bassin de la femme est plus large et plat que celui de l'homme pour permettre la grossesse et l'accouchement.

Membres inférieurs : Comme dans les membres supérieurs, on distingue trois parties constitutives : la cuisse, la jambe et le pied. La cuisse comporte un grand os long, le fémur, qui s'articule en haut avec l'ischion. C'est grâce à l'articulation sphéroïde de la hanche que le membre inférieur peut bouger.

La jambe est formée du tibia et du péroné. Le lien mobile entre ces deux os est l'articulation du genou, sur laquelle repose un petit os recouvert par un long tendon : la rotule (patella).

Par analogie avec la main, le pied se compose du tarse et de ses sept os, et du métatarse et de ses cinq os. Les os tarsiens sont reliés entre eux par les articulations intertarsiennes. Ils sont fondamentaux pour la marche, le saut et la locomotion sur deux pieds en général. Le gros orteil a deux phalanges, les autres orteils trois.

Le pied présente une voûte longitudinale et une voûte transversale, ce qui répartit le poids corporel sur toute sa surface.

Articulations : La jonction mobile de deux os est appelée articulation. Les surfaces articulaires sont recouvertes de cartilage pour améliorer le glissement. Elles se présentent comme une saillie (condyle) qui s'emboîte dans une cavité (glène).

La capsule articulaire, à laquelle fait suite le périoste, relie les os séparés par la cavité articulaire. Sa membrane interne sécrète le liquide synovial, le « lubrifiant » des surfaces articulaires, et sa couche externe fibreuse confère à l'articulation son maintien.

Ligaments : Les ligaments assurent l'union des os. Ils sont constitués de tissu fibreux très tendu, qui confère aux articulations de la stabilité tout en empêchant un mouvement trop important. Ce sont donc des faisceaux de renforcement.

Les ligaments sont peu élastiques.

Idées pour cadeaux ...

Art. 3400

Pharmacie FLAWA Midi, avec contenu

CHF 179.–

NOMBRE

Art. 3338

Tensiomètre pour la mesure au bras OMRON M6

CHF 169.–

NOMBRE

... pour chaque occasion et ...

Art. 3326

Pharmacie de loisirs Samaritain

CHF 24.–

NOMBRE

Art. 3328

Pharmacie de loisirs Samaritain avec masque de poche

CHF 37.–

NOMBRE

noël est proche!

Art. 4225

Lampe frontale Pezl Tikka 2

CHF 45.–

NOMBRE

Un autre cadeau utile - und bon cadeau du service des ventes!

Trouvez les informations détaillées sur les sacoches sanitaires sous http://shop.samariter.ch
Prix avec TVA, frais d'envoi CHF 9.– pour commandes inférieures à CHF 200.–

Commande

samaritains

Envoyez votre commande à:
Alliance suisse des samaritains
Service des ventes
Case postale, 4601 Olten
Téléphone 062 286 02 85
Fax 062 296 03 71
e-mail shop@samariter.ch
http://shop.samariter.ch

No. Client | Section/Ass.

Nom | Prénom

Rue | NPA/Lieu

Téléphone | e-mail

W-027/2009-F

Donneurs admis au compte-gouttes

L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) annonce une hausse des diagnostics de grippe pandémique durant les dernières semaines. Il est donc possible que la grippe A se propage rapidement en Suisse cet automne ou cet hiver. Le cas échéant, les procédures de collecte de sang seront modifiées.

Photo: ds.

Les donneurs ne seront admis qu'au compte-gouttes en cas de flambée de grippe A.

Les samaritains sont parfaitement préparés par l'Alliance suisse des samaritains. Ils sont au courant des mesures de prévention et savent ce qu'il conviendra de faire en cas de hausse massive des cas de grippe A. Le Service de transfusion sanguine CRS quant à lui s'est très sérieusement préparé pour faire face à une éventuelle pandémie.

Ci-après, une récapitulation des principales mesures à mettre en œuvre durant les collectes de sang volantes au cas où l'OFSP déclarerait la phase d'alerte maximale.

Les modifications de la procédure auront une incidence sur les temps d'attente et sur la durée totale de la collecte de sang. Des concertations auront lieu au cas par cas avec les sections de samaritains concernées, et les donneurs de sang seront informés au préalable par écrit. Le matériel de protection destiné aux samaritains et aux donneurs sera fourni par le Service régional de transfusion sanguine.

Préoccupation majeure, les rassemblements de personnes

Si la phase d'alerte maximale est déclarée, un souci majeur sera d'éviter les rassemblements de plus de cinquante personnes. En ce qui concerne les collectes de sang, cela signifie que l'on ne pourra plus qu'accepter les donneurs au compte-gouttes.

Concrètement, l'aménagement et l'équipement des locaux devront être modifiés :

Accès : L'entrée doit être séparée de la sortie. Les donneurs ne doivent pas se croiser.
Salle d'attente : Avant de pénétrer dans la zone de tri, les donneurs doivent pouvoir attendre dans un espace réservé, de dimensions suffisantes (au moins deux places assises à un mètre de distance l'une de l'autre). L'admission à la zone de tri se fera uniquement au compte-gouttes.
Zone de tri : avant de pénétrer dans la salle de collecte, les donneurs seront examinés dans une zone de tri. On prendra leur température et cherchera s'ils présentent d'autres symptômes suspects. Il doit être possible de quitter les lieux directement depuis la zone de tri, les donneurs refusés ne devant pas repasser par la zone d'attente en partant.
Vestiaire : un espace suffisant doit être réservé comme vestiaire. Les donneurs y déposeront vêtements, sacs, etc. avant d'endosser les blouses et masques qui leur seront remis. Les affaires des donneurs seront emballées afin d'éviter tout contact avec la zone de collecte. Il convient de prévoir suffisamment de place dans le vestiaire pour le stockage et le rangement.
Distance entre fauteuils inclinés : l'écart minimum entre chaque fauteuil incliné sera de un, voire un mètre et demi. Il doit y avoir suffisamment de place pour l'anamnèse.
Collation et sortie : l'espace réservé à la collation des donneurs doit être de dimensions suffisantes.

Afin qu'il soit possible de réagir rapidement en cas d'alerte, les Services régionaux de transfusion sanguine contacteront prochainement, par écrit ou verbalement, les sections de samaritains concernées. Il s'agira de vérifier la conformité des locaux existants et d'envisager les éventuelles mesures à prendre.

Annulation éventuelle de collectes

En cas de propagation massive de la grippe A, le Service de transfusion sanguine CRS ne s'attend pas à une augmentation des besoins en sang des hôpitaux. Cependant, une bonne partie des donneurs risque de faire défaut pour cause de maladie, il faudra donc d'autant plus pouvoir compter sur les personnes demeurées en bonne santé.

Il est néanmoins possible qu'une collecte planifiée soit annulée, par exemple en raison de locaux inadéquats. Dans un tel cas, les sections concernées et les donneurs enregistrés seront avertis par écrit. En cas d'annulation, les sections de samaritains auront droit à une indemnité forfaitaire de deux cents francs, plus les dépenses effectives sur présentation des justificatifs.

Service de transfusion sanguine CRS

3 questions

Ruth Burkhalter

Seulement trois recours

Ruth Burkhalter, Sargans, instructrice ASS et responsable de la formation technique au sein du service de la formation et des conseils du secrétariat central a été pour la première fois présidente de la commission des joutes samaritaines suisses 2009 à Rebstein. La rédaction lui a demandé de lui faire part de ses impressions. *ds/cli*

1 Comment êtes-vous devenue présidente de la commission des joutes ?
Mon élection à la commission des joutes remonte à 2006. J'y ai accédé en ma qualité d'instructrice pour le canton d'Uri. La présidence étant statutairement réservée au secrétariat central, j'ai volontiers repris le flambeau après le départ de Christian Bassler.

2 Comment évaluez-vous cette première à Rebstein ?
Tous les membres de la commission ont collaboré étroitement et après dix jours de préparation intensifs, je suis heureuse de constater que tout s'est très bien passé. De nombreux messages positifs nous sont parvenus. Nous avons répété plusieurs fois toutes les tâches des divers postes afin de supprimer tous les défauts. Le fait que nous n'ayons eu à traiter que trois recours est également un signe qui ne trompe pas, les autres années il y en a eu nettement plus.

3 Comment appréciez-vous les prestations des concurrents ?
Les participants étaient très motivés. J'ai beaucoup aimé les voir travailler sur les différents postes. Chez certains, la volonté de gagner était manifeste, ce qui s'est traduit par des résultats très serrés.

L'homme qui en connaissait trop

Il n'y a pas longtemps, un dimanche matin, mon réveil a fait son travail de fort bonne heure. Les joutes samaritaines suisses étaient au programme. Départ fixé à 6 h 45 ! Dans la pénombre, j'ai rejoint mes coéquipiers sur le site du concours et nous nous sommes attelés à la tâche.

Premier poste : faire le plus grand nombre de bandages prescrits en dix minutes sur l'un des nôtres. Les visages s'allongent, les regards se font interrogateurs, une certaine nervosité s'empare de notre équipe et il n'est pas encore sept heures du matin ! Ma première idée, je fais le figurant.

Mais mon cerveau est encore trop engourdi, un de mes collègues est déjà sur le banc et attend nos œuvres. Quelques jurons et essais plus tard, nous avions terminé le premier poste. Cela ne pouvait que s'améliorer.

Entre temps, le jour s'était levé, mes synapses s'étaient remises à fonctionner et nous nous sommes piqués au jeu d'un concours captivant. Mes camardes ont peut-être trouvé la chose un peu moins amusante, car à tout bout de champ, ils devaient m'attendre. Je ne pouvais pas ne pas saluer des visages connus et échanger quelque propos avec des collègues.

Quoi qu'il en soit, j'adresse un méga compliment aux figurants, arbitres, responsables de postes, membres du comité d'organisation, commission des joutes et tous les bénévoles – vous avez fait un excellent boulot !

Thomas Brocker,
membre du Comité central

Les samaritains révélés au public

Les participants aux joutes samaritaines suisses des 12 et 13 septembre 2009 à Rebstein, SG, garderont le souvenir d'une fête parfaitement organisée. Quant aux villageois, ils ont été séduits par le professionnalisme et la joie de vivre des secouristes.

Texte : Dominik Senn/cli
Photos : Dominik Senn et Karl Bichler

Dégagement d'une blessée, chaque équipe a sa méthode.

« Les samaritains sont un partenaire fiable et important dans le système de santé du canton de Saint-Gall », a déclaré la conseillère d'État Heidi Hanselmann, cheffe du département de la santé publique, qui visitait les postes de travail en compagnie d'un groupe d'invités.

Pleine réussite

Gaby Hartert, la présidente du comité d'organisation, a reçu beaucoup d'échos positifs : « Tout s'est passé comme sur des roulettes. Le samedi soir, les participants ont apprécié de se faire servir à table. Les samaritains ont montré qu'ils savaient aussi prendre en main des tâches organisationnelles qui n'ont rien à voir avec des postes sanitaires. Les autres sociétés de Rebstein ont apprécié de travailler avec les samaritains pour mettre sur pied une manifestation d'une telle envergure et les figurants se sont amusés en découvrant les différentes méthodes de travail des groupes en compétition. La population était enthousiaste, ces joutes ont été un formidable coup de pub pour les samaritains. »

Honneur romand sauf

Pour la première fois, la commission du concours était placée sous la présidence de Ruth Burkhalter (voir ci-contre). Plusieurs postes de travail étaient placés sous le thème des accidents dans le sport. Dans les dix minutes imparties, les concurrents ont dû affronter un accident dentaire et une blessure par morsure, un accident de vélo ayant entraîné des lésions internes, un accident de voiture, un accident de skateboard avec empalement et une crise convulsive. Il a aussi fallu résoudre des mots croisés sur les os et les articulations, répondre à un questionnaire sur la musculature et montrer son savoir-faire en appliquant dix bandages.

Sur les plus de cent cinquante équipes qui se sont classées pour le championnat suisse, seules six proviennent de Suisse romande. Il faut dire que Rebstein, c'est un peu le bout du monde pour les personnes qui habitent de ce côté-ci de la Sarine. « Onex 1, mais on est 4 » s'est classée en huitième place ex æquo avec une équipe alémanique et on retrouve « Les Genevoises », Grand-Saconnex/Vernier, en seizième position ex æquo avec deux équipes alémaniques. Une seconde équipe de la section d'Onex-Confignon, GE, deux équipes d'Estavayer-le-Lac, FR, et une équipe de Chavornay, VD, ont également concouru. Par ailleurs, deux groupes issus des Help Broc, FR, ont participé dans la catégorie famille.

Enfin vainqueurs

L'équipe gagnante de Thalwil, ZH, est aux anges. Cela fait deux ans qu'elle se classait systématiquement au deuxième rang et elle s'est entraînée tout spécialement pour faire mieux cette année. Elle se réjouit de pouvoir se rendre en Serbie en 2010, aux concours européen de premiers secours. « Il n'y a plus qu'à s'entraîner et à bosser notre anglais », s'exclame dans un sourire Thomas Tschudi, vice-président de la section.

Les prochaines joutes se dérouleront les 4 et 5 septembre 2010, à Schwarzenburg BE. Quant aux joutes 2009, des images, le détail des tâches et le palmarès complet sont disponibles sur le site web www.samaritains.ch à la rubrique téléchargements > conférences.

Des Romands sur le poste de l'accident dentaire.

Chercher la dent…

…trouver la dent.

Milena Zanni, Personico

Thérapeute à quatre pattes

Milena Zanni et son chien Teseo forment un tandem qui se rend régulièrement auprès de personnes âgées ou souffrantes dans divers établissements au Tessin.

Texte :
Mara Zanetti Maestrani/cli

Il te regarde tendrement de ses deux yeux marrons. Il incline la tête, d'un côté, puis de l'autre. Ses oreilles remuent légèrement. Il te fixe, visiblement, il attend quelque chose. Tu tends la main et le caresses. Il se lève, remue joyeusement la queue et se rapproche pour quémander plus de câlins. Tu lui as donné l'attention qu'il cherchait. Tu l'as rendu heureux, ce qui te rend heureux.

Souvent un lien étroit et mystérieux se crée entre un chien et un humain. Si le chien montre des dispositions particulières et qu'une personne souhaite vraiment entrer en contact avec lui, la relation qui va naître aura une force singulière.

Teseo est un de ces chiens particuliers. Avec sa maîtresse Milena Zanni, samaritaine active de la section de Bodio-Personico-Pollegio, Teseo forme une équipe de zoothérapie. Il s'agit d'une forme de thérapie douce qui repose sur l'effet apaisant sur le corps et l'esprit que produit la simple présence d'un animal, qu'il s'agisse d'un chien, d'un chat, d'un hamster, d'un cheval, etc.

Depuis qu'ils se sont formés auprès de l'association spécialisée en zoothérapie avec des chiens, Milena et Teseo se rendent régulièrement dans des foyers pour personnes âgées ou d'autres institutions au Tessin. Depuis quelques années, la zoothérapie figure en bonne et due place aux côtés de la physiothérapie, de l'ergothérapie ou encore de la musicothérapie parmi la palette des traitements possibles.

Aider les autres

Le besoin d'aider les autres remonte à une vingtaine d'années chez Milena Zanni. À l'époque, elle était assistante médicale dans un cabinet à Biasca. « Un jour, j'ai reçu un appel urgent et me suis retrouvée dans une pièce avec un garçon de neuf ans au seuil de la mort. Je me souviens encore très bien de l'agitation et du désespoir de la famille et de la course vaine jusqu'à l'hôpital, avec le médecin et le personnel professionnel. »

Cet événement tragique l'a profondément marquée. « C'est à cette époque que j'ai pris la décision de me former pour pouvoir aider ceux qui en ont besoin. » Progressivement, elle passa à l'acte. Cela commença par son adhésion à la section de samaritains Bodio-Personico-Pollegio, d'abord comme samaritaine, puis comme auxiliaire de transport, instructrice pour ambulanciers et cheffe de service.

Teseo est un briard né en 2003. La formation a requis beaucoup de patience jusqu'à ce que lui et Milena forment un tandem soudé et réussissent les examens théoriques et pratiques donnant accès à la certification. Depuis, le duo se rend bénévolement dans des homes à Bellinzone, Biasca et Claro.

« La tâche la plus importante incombe au chien », précise Milena, enthousiaste. « Il s'approche confiant et sans faire de distinction entre handicaps physiques ou mentaux – comment le pourrait-il – des patients, les invitant ainsi à une interaction. L'animal témoigne de l'affection. Celui qui la reçoit se sent aimé. Mon rôle est de surveiller que tout se passe bien, sans risque pour la personne et le chien. »

Qualité de vie améliorée

Il est reconnu que la zoothérapie améliore la qualité de vie et le bien-être général des patients, qu'elle atténue les effets néfastes de certaines maladies et quelle soigne l'agitation, l'agressivité et les insomnies. « Le choix d'un chien comme partenaire n'est pas un hasard », précise Milena Zanni. « Les chiens sont des êtres sociaux qui se laissent approcher et caresser par des étrangers. » Le toucher fait partie des formes primaires de communication. Il s'agit d'un besoin physique et mental attesté.

Les activités samaritaines et de zoothérapie de Milena Zanni reposent sur un même fondement. « L'idée à la base des deux disciplines est de mettre son temps libre à disposition des autres. Chez les samaritains, j'ai acquis une foule de connaissances qui me donnent l'assurance et la sérénité nécessaires pour affronter les diverses pathologies, physiques ou psychiques, dont souffrent les personnes auxquelles Teseo et moi rendons visite. Ils m'aident lorsque je vais à la rencontre de personnes qui souffrent dans leur corps ou leur âme avec Teseo. »

Inauguration au Centre suisse des paraplégiques

Transformation de la piscine couverte à Nottwil

Après deux mois de travaux, la piscine du Centre suisse des paraplégiques à Nottwil est à nouveau ouverte. Les paralysés médullaires et les piétons profiteront de l'amélioration des infrastructures mieux adaptées aux besoins de chacun.

La piscine couverte est utilisée par les patients du centre pour la rééducation et la physiothérapie ainsi que par des écoles, des sociétés et la population vivant dans la région. La forte fréquentation de la piscine a incité les responsables à procéder à des travaux de transformation, notamment du côté des vestiaires et des douches. Les cabines individuelles ont cédé la place à des vestiaires collectifs qui peuvent recevoir simultanément une vingtaine de personnes. Les cabines de douche aussi ont été transformées en deux grandes douches collectives séparées par sexe.

Solution idéale

Les personnes en chaise roulante continueront de disposer de douches et de vestiaires individuels. Un nouvel espace de transition a été créé spécialement à l'intention des patients qui suivent une physiothérapie. Ils disposeront d'une cabine séparée pour se changer et d'un accès direct à la piscine. « Il s'agissait de respecter les besoins et l'intimité des personnes paralysées tout en créant des structures mieux adaptées pour les écoles et les sociétés », a expliqué Bruno Frick, président du Conseil de fondation du Centre des paraplégiques. « Avec ces travaux, nous disposons de la meilleure solution. »

cp/réd.

Photo : SPS/Walter Eggenberger

Le nouvel espace de transition dans la piscine couverte du Centre de paraplégiques de Nottwil .

Membres actifs et membres passifs

Prennent-ils activement part aux exercices de votre section ? Effectuent-ils des services sanitaires ou font-ils même partie du groupe d'alarme ? S'engagent-ils auprès de la jeunesse ou du Don du sang ?

Si c'est le cas, il est évident qu'ils souhaitent avoir leur mot à dire sur le devenir de la section. Il s'agit donc bien de membres actifs qui ont un droit de vote à l'Assemblée générale.

Et si un jour, ils réduisent leurs activités samaritaines pour des raisons familiales, professionnelles ou de santé, voire les abandonnent complètement, ils demeurent attachés à la section. Ils souhaitent toujours être tenus au courant des activités de la section et participer aux évènements récréatifs. Probablement qu'ils sont aussi d'accord de soutenir la section financièrement, afin qu'elle puisse prospérer.

En se retirant des activités sur le terrain, ils transmettent les responsabilités qui leur sont liées à leurs successeurs. Ces derniers deviennent les nouveaux membres actifs avec droit de vote à l'Assemblée générale. Quant aux premiers, devenus membres passifs, on les consulte parfois en raison de leur expérience, mais ce n'est plus à eux de décider ce que les autres doivent faire ou laisser.

Cependant, même en tant que membres passifs ils demeurent précieux pour la section.

Kurt Sutter,
Secrétaire général de l'ASS

Une visite au cimetière est un rituel qui peut soulager.

Accompagnement en fin de vie, un cours de la Croix-Rouge suisse

Doux comme la mort

Les rituels aident à passer un cap difficile. Par exemple celui de la mort d'un proche. Un cours de la Croix-Rouge soleuroise montre l'importance des rituels en temps de crise et comment s'y prendre pour les mettre en place.

Texte et photos :
Christine Rüfenacht

Beaucoup de personnes refusent de parler de la mort ou même d'y penser – peut-être parce qu'elle leur fait peur ou par superstition. D'autres ont besoin d'en savoir plus, afin de la gérer au mieux le moment où elles y sont confrontées. À ces personnes-là, la Croix-Rouge suisse propose divers cours portant sur l'accompagnement en fin de vie et le deuil. Des cours ouverts à chacun, que l'on côtoie la mort au travail, par exemple en tant qu'auxiliaire de santé, ou que l'on soigne chez soi un proche gravement malade.

Face-à-face avec la mort

Ariane, qui a participé à un cours d'accompagnement en fin de vie à Soleure, raconte qu'elle a eu le privilège d'être aux côtés de quatre personnes âgées jusqu'à leur mort. « C'était très beau et j'en ai tiré une grande satisfaction », dit cette femme au contact facile. Elle est bénévole dans une association qui s'occupe de personnes âgées à domicile, d'où son souhait de se perfectionner dans l'accompagnement. Bien qu'ayant une expérience pratique solide, elle a beaucoup appris dans les cours suivis à Soleure, par exemple sur le toucher.

Renata a notamment participé au module consacré aux rituels qui aident à faire le deuil de la personne disparue. Elle-même n'a jamais par-

Des participantes au cours de la Croix-Rouge suisse.

donné à son père de l'avoir quittée. Aujourd'hui encore, elle se rend sur sa tombe pour lui reprocher de l'avoir laissée, comme ça, sans crier gare. « Ça m'aide beaucoup », affirme-t-elle. Ce genre de rituels aide à surmonter les épreuves difficiles. « Ils ont un effet rassurant et libérateur », explique Manuela Hendry, qui dispense le cours sur l'accompagnement en fin de vie à la Croix-Rouge soleuroise.

Des lettres dans le cercueil

Les rituels permettent d'exprimer des sentiments qu'on n'a pas l'occasion de manifester dans le train-train quotidien. C'est ce qu'a vécu une autre participante au cours. Elle explique qu'à la mort de son père, elle a proposé aux petits-enfants d'écrire une lettre au défunt. Ils ont ensuite déposé leurs messages dans le cercueil du grand-père. Le fils aîné, qui ne parvenait pas à exprimer sa peine, pas même par des larmes, a ainsi pu dire ce qu'il ressentait. « Aujourd'hui encore, mon fils me remercie de lui avoir permis de prendre dignement congé de son grand-père adoré », dit cette participante.

Rituels religieux

Un rituel doit répondre à un certain nombre de critères pour déployer ses effets, ajoute Manuela Hendry. Il doit notamment être simple à réaliser et il faut se fixer un objectif précis avant de l'entamer. Et quelqu'un doit prendre les commandes. Les rituels autours de la mort sont très souvent d'ordre religieux, souligne Manuela Hendry. Les chrétiens, par exemple, lavent leurs morts et les enterrent après trois jours. Parfois, on ouvre les fenêtres pour que l'esprit du défunt puisse s'en aller. Dans la religion musulmane, le corps est lavé sous l'eau courante et enterré le plus vite possible. Il y a aussi des rituels qui se déroulent dans des contextes moins tristes, mais qui n'en sont pas moins importants. Comme le rituel du thé chez les Touaregs, dont la formatrice s'inspire pour mettre son auditoire dans le bain, au début de son cours. Durant ce rituel social, les touaregs boivent un thé qu'ils qualifient de fort comme l'amour, puis amer comme la vie et enfin doux comme la mort…

Vaste offre de cours de la Croix-Rouge

Les associations cantonales de la Croix-Rouge offrent une vaste palette de cours à la population, orientés notamment sur les soins à domicile, la promotion de la santé ainsi que la santé et le bien-être en général. Ils se déroulent aussi bien en soirée que la journée et peuvent comporter plusieurs volets. Les offres varient d'un canton à l'autre et chaque association établit son propre programme, qu'elle adapte aux besoins et à la demande dans la région.

Un élément les réunit toutefois : sur l'ensemble du territoire, ils s'adressent à toutes les tranches d'âge. Tandis que les adolescents se forment comme baby-sitters, les futurs parents se préparent à l'arrivée de leur premier enfant et les personnes intéressées par les questions de santé, comme celles qui soignent un parent âgé à domicile, trouvent une offre intéressante à la Croix-Rouge.

Outre les cours à la population, les associations cantonales proposent la formation d'auxiliaire de santé. Le milieu scolaire n'est pas oublié, puisque elles y proposent les ateliers « chili », consacrés à la gestion constructive de conflits.

La majorité des cours Croix-Rouge sont dispensés par des spécialistes du domaine de la santé ou de la formation des adultes.

Informations sur l'offre de cours : www.redcross-edu.ch.

Enfant, Renate Hendry a été confrontée avec la mort.

Elle a eu le « privilège » d'accompagner quatre mourants.

Les bougies sont souvent utilisées dans les rituels.

Certains cherchent l'apaisement auprès des tombes.

Valais romand

Joutes Help à Savièse

Alors que de nombreux samaritains se rendaient à Rebstein pour le championnat suisse, la jeunesse Help du Valais romand se réunissait pour ses traditionnelles joutes le samedi 12 septembre à Savièse.

Une bonne trentaine de jeunes répartis en huit équipes avaient répondu à l'appel. En plus des Saviésans, ils étaient venus de Choëx, de l'Entremont et d'Aigle en pays de Vaud.

Comme d'habitude, le matin était consacré au concours. Sur les divers postes, les jeunes ont pu déployer leur savoir-faire de secouristes. Position latérale de sécurité, alarme, traitement de plaies, accident de tronçonneuse, etc. étaient au menu et les concurrents se sont acquittés de leur tâche avec beaucoup de sérieux sous le regard attentif de nombreux invités. Après un copieux repas, une partie récréative a précédé la proclamation des résultats.

Chantal Lienert, texte et photos

Le palmarès

1. Edelweiss, Entremont
2. Bzz-Bzz, Choëx
3. AOC (pour appellation d'origine choëlande), Choëx

Au fil de la matinée, les jeunes Sam'Help ont effectué un parcours où s'alternaient postes de jeu et de premiers secours.

jeunesse

Vaud

Nouvelles forces vives chez les samaritains

C'est avec une grande satisfaction que nous avons le plaisir d'annoncer la réussite de la formation de quatre nouveaux instructeurs.

En effet, Mesdames Sylvie Golay, Fabienne Hofmann Delez, Stella Mivelaz et Monsieur Philippe Pillonel ont brillamment obtenu, tout récemment, leur diplôme d'instructeur ASS.

Nous leur adressons nos sincères félicitations, ainsi que nos remerciements pour leur engagement. Nos remerciements s'adressent également aux sections de La Vallée, Prilly, Lausanne-Mixte et Payerne pour le « prêt » de leur moniteur à l'ACVS. Nous leur souhaitons la plus cordiale bienvenue au sein des cadres techniques cantonaux et formons tous nos vœux pour l'avenir.

Au nom du comité cantonal
Louis-Olivier Roulet, vice-président, chef du département formation

De gauche à droite, Philippe Pillonel, Sylvie Golay, Fabienne Hofmann Delez, Stella Mivelaz.

Vernier

Formation des parlementaires genevois

Dans le cadre de la Journée mondiale des premiers secours, la Croix-Rouge suisse et les samaritains ont proposé aux parlementaires genevois de suivre une mise à jour de leurs connaissances en secourisme.

Allongée au sol, Françoise Schrenk-Gottret et Elisabeth Chatelain dans le rôle de la secouriste sous le regard attentif de Bruno Parent

À Genève, alors qu'Adriana Karembeu, ambassadrice de la Fédération internationale de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge, se faisait la porte-parole de la nécessité de former le plus grand nombre parmi la population, les samaritains organisaient des cours pour les parlementaires du canton.

Compétences citoyennes

Trois cours ont été mis sur pied pour leur permettre de mettre à jour les compétences citoyennes que sont les MISV (mesures immédiates pour sauver la vie).

« Ce fut un cours très agréable. Leur intérêt et leur curiosité ont permis une bonne dynamique de groupe. Il y a eu beaucoup de questions sur l'organisation des secours de notre canton », précise Bruno Parent de l'Association genevoise des sections de samaritains. Chacun a pu s'exercer, entre autres, à l'évaluation d'un patient, au message d'alarme, à la PLS et à la pratique du BLS.

« Ma formation date de plusieurs années, à l'époque du RRSS, je suis satisfaite de pouvoir mettre à jour mes connaissances », indique Françoise Schenk-Gottret, socialiste.

« Il faudrait faire cela chaque année, pour tous les députés », souhaite Daniel Zaugg, libéral.

«C'était très intéressant, merci aux samaritains », conclut Elisabeth Chatelain, socialiste.

Une journée utile pour soi et pour les autres.

Frédéric Chevalier

genève Croix-Rouge genevoise

« Prévention et secourisme »

Un cours de la Croix-Rouge genevoise, en collaboration avec l'Association genevoise des sections de samaritains (AGSS). Les jeudis 5, 12, 19, 26 novembre et 3 décembre 2009 de 18 h 30 à 20 h 30.

« Un accident n'est pas toujours accidentel… » Ce cours souligne l'importance de la prévention des accidents (pour les enfants de 2 mois à 5 ans) et apporte les connaissances de base sur les premiers soins d'urgence dans les situations courantes à domicile. Montant de l'inscription : CHF 160.–

Il est fortement conseillé de suivre au préalable le cours « Prendre soin de mon enfant malade », le jeudi 29 octobre 2009 de 18 h 30 à 21 h 30. Montant de l'inscription : CHF 50.–

Renseignements et inscriptions :
Croix-Rouge genevoise
Formation et Santé
Route des Acacias 9
1211 Genève 4
tél. : 022 304 04 04, fax : 022 300 31 83
formation.sante@croix-rouge-ge.ch
www.croixrougegenevoise.ch

Neuchâtel

Appel aux bénévoles, s'engager auprès de la jeunesse

Il y a cinq ans, un « Groupe Jeunesse » accueillant des jeunes dès 11 ans a vu le jour dans le canton de Neuchâtel. Jusqu'à ce jour, il a connu un vif succès avec chaque année environ deux cents nouveaux membres répartis sur deux sites, Le Locle et le Val-de-Ruz.

Vous vous en doutez, pour entourer tout ce petit monde lors des exercices mensuels, lesquels ont lieu un samedi après-midi par mois, il faut un nombre important de bénévoles. Nous invitons toutes celles et tous ceux qui souhaitent encadrer ces jeunes samaritains en herbe, ne serait-ce qu'un ou deux samedis par année, de bien vouloir s'annoncer auprès du président de l'Association cantonale neuchâteloise, Monsieur Jean-Claude Roulin, Grand Bourgeau 79, 2126 Les Verrières, president@sama-ne.ch ; ou auprès de la vice-présidente, Madame Christine Wicht, Primevères 4, 2400 Le Locle, ou encore en envoyant un message à l'adresse secretaire@sama-ne.ch.

D'ores et déjà nous remercions ceux qui se sont inscrits pour apporter de l'aide au Groupe Jeunesse et espérons que d'autres viendront grossir les rangs de bénévoles. *cp.*

ASSOCIATION CANTONALE FRIBOURGEOISE DES SAMARITAINS

Commission d'Encadrement et de Formation (CEF)

Développement de l'organisation :

Chères Présidentes, chers Présidents,
Le prochain cours « Travail dans la section » obligatoire pour les candidats moniteurs et assistants, recommandé pour les membres de comité de section comprenant les modules :

- **travail dans la section**
- **introduction en marketing**
- **promotion / planification de la relève**

aura lieu le :	Vendredi 13 novembre 2009, de 19 h - 22 h 30 Samedi 14 novembre 2009, de 8 h - 17 h 30
Lieu :	Estavayer-le-Lac
Prix :	Fr. 200.– par personne (documentation + repas du samedi compris)
Tenue :	civile
Délai d'inscription :	19 octobre 2009

Vous pouvez inscrire la/les personne(s) au moyen du talon-réponse ci-dessous, via e-mail angeloz.sylvie@bluewin.ch ou par tél. 026 660 22 55. Une confirmation écrite et la facture vous parviendront après inscription. En espérant vous rencontrer nombreux à ce cours, nous vous adressons, chères Présidentes et chers Présidents, nos cordiales salutations.

Sylvie Angéloz et Evelyne Rollier, Instructeurs ACFS

Cours « Travail dans la section » du 13-14 novembre 2009
(un talon par personne)

Nom / Prénom .....
Adresse : .....
Tél : .....
E-mail : .....
Section de samaritains de : .....

(à retourner à Sylvie Angéloz, Le Jordil 74, 1775 Mannens)

samaritains
Associations Romandes

Les Instructeurs romands organisent conjointement un

Élément de préparation technique

Public: toutes les personnes désirant suivre la formation d'assistant, (module 4), de moniteur de cours et, ou de section ASS, (module 2 et/ou 3).

Cet élément est un pré-requis obligatoire.

Nombre de participants : maximum 18 personnes

Lieu et date:	Centre de formation et de prévention ECA – Av. du Grey 113 – 1018 Lausanne
Date :	le samedi 12 décembre 2009
Horaire :	9 h - 17 h
Prix :	CHF 280.– (repas compris)
Inscription par :	
Courriel :	secretariat@samaritains.com
Courrier :	Association cantonale vaudoise des samaritains, Case postale 152, 1018 Lausanne 18
Délai :	13 novembre 2009

Les instructeurs romands

Coupon d'inscription pour l'Élément de préparation technique

Nom / Prénom .....
Adresse : .....
Date de naissance : .....
Tél : .....
Section : .....
Association : .....
Date : .....
Signature : .....

FUN ET SÉCURITÉ
DE JANVIER À DÉCEMBRE.

numéro 10

Nombreux rabais chez nos partenaires

city disc www.citydisc.ch · PATHÉ! · TAMOIL · TICKETCORNER www.ticketcorner.com · bp

et bien d'autres avantages sur www.cooldownclub.ch!

COOLDOWN {CLUB}

L'assistance qui dépanne les jeunes.

Observer et gagner !

Dix différences

Voici comment gagner :
Dix erreurs se sont glissées dans le dessin de droite. Cherchez-les et envoyez la solution à :

Alliance suisse des samaritains, Communication, Case postale, 4601 Olten ou par fax au numéro 062 286 02 02.

Dernier délai : 3 novembre 2009

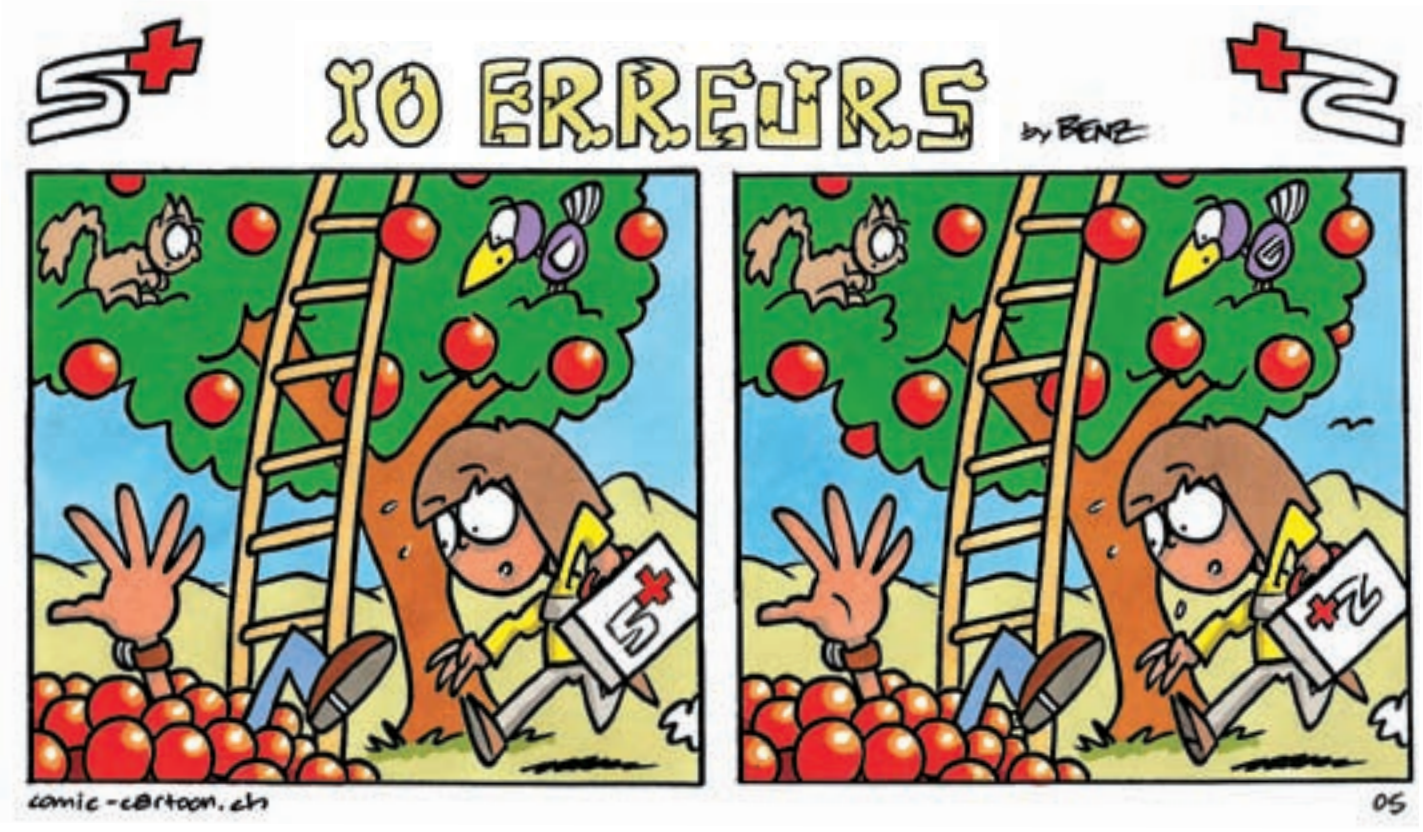
Les gagnants seront avertis par écrit. Les prix ne pourront pas être remis en espèces. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du concours. La solution et le nom des gagnants seront publiés dans le numéro 11-12/09 de « nous, samaritains ».

Prix

Vingt-cinq participants recevront un prix. Leur nom sera tiré au sort parmi les réponses correctes.

1e	prix	bon pour une formation en deux phases du TCS
2e – 5e	prix	pharmacie familiale samaritaine
6e – 10e	prix	tableau magnétique samaritain avec aimants
11e – 13e	prix	nécessaire de voyage
14e – 20e	prix	serviette de bain samaritaine
21e – 25e	prix	clé USB TCS

Expéditeur :



Impressum

Éditrice
Alliance suisse
des samaritains ASS
Martin-Disteli-Strasse 27
Case postale
4601 Olten
Téléphone : 062 286 02 00
Téléfax : 062 286 02 02
www.samaritains.ch

Secrétaire général: Kurt Sutter

Abonnements, changements d'adresse
par écrit, à l'adresse à gauche

Prix de l'abonnement
Abonnement individuel pour non-membres: Fr. 33.– par an

10 numéros par an
Tirage : 5000 exemplaires

Rédaction
Olten : Eugen Kiener, Dominik Senn
Secrétariat : Karin Schmid
Tessin : Mara Maestrani
Suisse romande :
Chantal Lienert
1, rue des Photographes
Case postale 6389, 1211 Genève 6
Téléphone : 022 736 55 26
Téléfax : 022 736 55 01
lienert@iprolink.ch

Régie d'annonces
Kretz AG, Verlag und Annoncen
Postfach, 8706 Feldmeilen
Téléphone 044 925 50 60
Téléfax 044 925 50 77
samariter.annoncen@kretz.ag,
www.kretzag.ch

Mise en page, impression et expédition
Weber Benteli SA, 2555 Brügg

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO
samaritains

Prochaine clôture rédactionnelle :
jeudi 12 novembre, 9 heures

Prochaines parutions de
« nous, samaritains » :
11-12/09, le mercredi 25 novembre 2009
01/10, le 6 janvier 2010

Rédaction :
Chantal Lienert
1, rue des Photographes
Case postale 6389
1211 Genève 6
Téléphone 022 736 55 26
Fax 022 736 55 01
lienert@iprolink.ch

Exercices et activités

Bienne/Jura bernois/Jura

Bassecourt ➤ 19 novembre, 20 h, exercice, cours urgences petits enfants ; 28 octobre, 20 h, conférence, méthode Grinberg

Clos du Doubs ➤ 17 novembre, exercice

Courfaivre-Courtételle ➤ 26 octobre, 20 h, exercice à Courfaivre ; 4 novembre, 20 h, exercice à Courtételle

Le Noirmont ➤ 27 octobre, 19 h 30, cours sauveteur ; 23 novembre, 20 h, exercice

Les Breuleux ➤ 27 octobre, 19 h 30, exercice Cartier ; 10 novembre, 20 h, exercice & patrouilleurs

Montfaucon et environs ➤ 4 novembre, 19 h 45, accident d'hiver

Moutier et environs ➤ 21 octobre, 20 h, quel moyen de transport ? ; 11 novembre, 20 h, 118 et la lutte contre le feu

Porrentruy ➤ 27 novembre, 20 h, exercice

Saint-Imier ➤ 11 novembre, 20 h, local, exercice

Tavannes ➤ Reconvilier, Malleray, 5 novembre, ce pauvre cœur

Tramelan ➤ 28 octobre, refroidissements ; 25 novembre, conférence

Vicques ➤ 3 novembre, 20 h 15, exercice au local

Fribourg

Belfaux ➤ 2 novembre, 20 h, urgences dans le sport ; 30 novembre, 20 h, bandages et préparation Noël des Aînés

Broc ➤ 2 novembre, 20 h, local, fixations, minerves

Bulle et environs ➤ 3 novembre, 19 h 45, exercice

Châtel-St-Denis ➤ 9 novembre, 20 h, salle du Vicariat, préparation à l'hiver

Corpataux ➤ 2 novembre, 20 h, poste sanitaire, lieu à définir (pour info 026 411 10 31)

Domdidier ➤ 2 novembre, 20 h, exercice

Fribourg ➤ 2 novembre, 19 h 30, le diabète et cas concrets

Intyamon ➤ 2 novembre, CPR

Marly et environs ➤ 19 novembre, module de poste, base

Neyruz et environs ➤ 4 novembre, 20 h, exercice au local

Praroman et environs, La Roche, Treyvaux ➤ 16 novembre, 19 h 30, Épendes, BLS-AED (1ère partie) ; 16 novembre, 19 h 30, La Roche, BLS-AED (1ère partie) ; 23 novembre, 19 h 30, Épendes, BLS-AED (2e partie) ; 24 novembre, 19 h 30, La Roche, BLS-AED (2e partie)

Rue et environs ➤ 3 novembre, PC Rue, MISV

Villars-sur-Glâne ➤ 9 novembre, 20 h, exercice premiers secours

Genève

Bernex ➤ 2 ou 3 novembre, exercice intersections à Bernex – Blanche, coco et les autres

Genève-ville ➤ 31 octobre, 20 h, DSA (défibrillation semi-automatique) ; 24 novembre, 20 h, les fonctions pulmonaires

Grand-Saconnex ➤ 10 novembre, 19 h 30, fractures, moyens d'immobilisation

Onex-Confignon ➤ 2 ou 3 novembre, exercice intersections à Bernex – Blanche, coco et les autres

Plan-les-Ouates ➤ 29 octobre, Halloween, exercice intersections avec Onex, Bernex et Vernier ; 19 novembre, exercice de relève avec les ambulanciers

Trois-Chêne ➤ 3 novembre, « Tourisme aux Carpates » ; 1er décembre, « Ciné 3 Chêne, la dernière séance »

Vernier ➤ 3 novembre, 20 h, exercice, urgences dans le sport

Versoix ➤ 3 novembre, 19 h 50, relève avec ambulancier

Neuchâtel

Colombier-Bevaix et environs ➤ 5 novembre, recyclage CPR pour les membres de la section

La Chaux-de-Fonds ➤ 26 novembre, 19 h 45, exercice

Le Locle ➤ 19 novembre, 19 h 30, local, exercice

Saint-Blaise – Hauterive – La Tène ➤ 4 novembre, 20 h, local, exercice

Val-de-Ruz Centre ➤ 4 novembre, nos organes

Vallée de la Brévine ➤ 12 novembre, nos organes

Valais

Collombey-Muraz ➤ 26 octobre, 20 h, cours « urgences dans le sport »

Fully ➤ en novembre, sortie didactique

Massongex ➤ 5 novembre, premiers secours psychologiques

Nendaz ➤ 4 novembre, 20 h, école de Brignon, présentation ambulance et exercice

Vaud

Avenches ➤ 30 octobre, 20 h, conférence à Faoug, attention, le 30 octobre est un vendredi ! ; 25 novembre, 20 h, Crash ou Krach ?

Baulmes ➤ 12 novembre, 20 h, Baulmes, exercice ; 27 novembre, souper

Bex ➤ 9 novembre, 19 h 30, exercice encadrement deuil, stress, O. Nyenhuis

Blonay – St Légier ➤ 2 novembre, 20 h, il me manque du souffle !

Chavornay ➤ 11 novembre, exercice

Chernex ➤ 19 novembre, Chernex, conférence docteur Cougn

Cheseaux & environs ➤ 26 octobre, 20 h, local, exercice et CPR ; 31 octobre, 13 h 30 à 17 h, exercice avec les sapeurs-pompiers ; 16 novembre, 20 h, local, exercice et CPR

Chéserex et environs ➤ 4 novembre, exercice

Coeur de la Côte ➤ Aubonne, Gimel, 10 novembre, 20 h, exercice

La Tour-de-Peilz ➤ 17 novembre, 20 h, La Tour, les experts

Lausanne-Mixte ➤ 11 novembre, voir ci-contre

Leysin ➤ 26 octobre, 19 h 30, local, exercice ; 23 novembre, 20 h, local, exercice

Lutry ➤ 25 octobre, service sanitaire, Marathon de Lausanne ; 3 novembre, exercice

Mézières et environs ➤ 4 novembre, 20 h, exercice PC Carrouge

Morges ➤ 11 novembre, 20 h, local, brûlures

Moudon ➤ 11 novembre, 20 h, local, exercice ou conférence

Nyon ➤ 4 novembre, 20 h, conférence, voir ci-contre ; exercice de décembre reporté au 2 décembre, 20 h, local

Ollon-Villars ➤ 19 novembre, à Ollon, bandages, enveloppements

Payerne et environs ➤ 29 octobre, urgence chez les petits enfants ; en novembre, conférence du médecin ; 13 au 22 novembre, Comptoir broyard

Prilly ➤ 26 octobre, 20 h, local, thème « transport à Malley » ; 19 novembre, 20 h, local, « retour sur son dos »

Pully ➤ 3 novembre, UPE

Renens ➤ 12 novembre, 20 h, local, répétition ; 27 novembre, soirée de fin d'année

Vallée de Joux ➤ 26 octobre, 20 h, local, exercice ; 16 novembre, 20 h, local, exercice

Vevey ➤ 18 novembre, 20 h, local, exercice avec les ambulanciers, brancards et civières

Villars ➤ 25 novembre, 19 h 30 à Gryon, instruction avec les pompiers de Villars et de Gryon

Yverdon-les-Bains ➤ 29 octobre, 19 h 45, home, sweet home à Yvonand ; 30 octobre, souper des services rendus ; 18 novembre, 19 h 45, conférence

Yvonand ➤ 29 octobre, voir Yverdon ; 18 novembre, voir Yverdon

Jeunesse samaritaine et groupes Help

Neyruz et environs ➤ 7 novembre, 9 h, exercice au local

CPR et DAE – cours et recyclage

Bex ➤ 21 novembre, CPR SDIS, 4 sites ; 25 novembre, recyclage CPR SDIS, Gryon

Colombier-Bevaix et environs ➤ 26 et 27 octobre, 19 h à 22 h, cours CPR, inscriptions Nicole Hug, 032 841 68 92 ; 27 octobre, 19 h à 22 h, recyclage CPR, inscriptions Nicole Hug, 032 841 68 92

Ecublens ➤ 19 novembre, 19 h, CPR-DAE-02, brevet CPR et/ou DAE (samaritains, SDIS)

Grand-Saconnex ➤ 17, 18 et 21 novembre, 9 h à 12 h, 17 novembre 19 h à 23 h, CPR élément 1 ; 17, 18 et 21 novembre, 13 h à 16 h, 18 novembre 19 h à 23 h, CPR élément 2 ; 23 et 26 novembre, 19 h à 23 h, DAE

Cours samaritain

La Roche ➤ Praroman et environs, Treyvaux, 2, 4, 10, 12, 16, 18 et 24 novembre, de 20 h à 22 h

Trois-Chêne ➤ 2, 5, 9, 12 et 25 novembre, 19 h à 22 h

Vallée de Joux ➤ 3, 5, 10, 12, 16, 19 et 24 novembre, 20 h, local

Cours UPE

Bernex ➤ 5, 7 et 11 novembre (8 h de cours, samedi de 9 h à 13 h)

Marly et environs ➤ 14 et 21 novembre, 8 h à 12 h et 13 h à 17

Tramelan ➤ 10, 12, 17 et 19 novembre

Cours Urgences dans le sport

Lancy ➤ 14 novembre, 9 h à 16 h, USP1, Maison de la sécurité, chemin des Olliquettes 2a, 1213 Petit-Lancy

Don du sang

Albeuve ➤ 16 novembre, 18 h à 20 h 30, grande salle

Blonay ➤ 26 octobre

Epagny ➤ 26 octobre, 18 h à 20 h 30, institut Duvillard

Ependes, FR ➤ 9 novembre, 18 h 30 à 20 h 30, salle de gymnastique

Farvagny ➤ 18 novembre, 18 h à 21 h, salle communale

Fully ➤ 2 novembre, rendez-vous à 16 h 30

La Tour-de-Peilz ➤ 11 novembre , 14 h à 19 h, réfectoire des Mousquetaires

Murist ➤ 24 novembre, 19 h à 21 h, hôtel de la Molière

Nyon ➤ 10 novembre, 13 h à 19 h 30, salle communale de Nyon

Rue ➤ 22 octobre, 19 h à 21 h, Salle des Remparts

St-Aubin, FR ➤ 30 novembre, 18 h 30 à 20 h 30, restaurant du Grütli

Treyvaux ➤ 29 octobre, 18 h 30 à 20 h 30, grande salle

Vallée de Joux ➤ 9 novembre, 15 h à 19 h, Maison de paroisse, Le Sentier

Vernier ➤ 11 novembre, 14 h 30 à 20 h 30, Vernier place

Yverdon-les-Bains ➤ 2, 3 et 4 novembre

Lausanne-Mixte

Toute l'équipe de préparation se réjouit de vous retrouver pour le traditionnel exercice de l'ETML. Nous vous attendons à 20 h le 11 novembre à la salle de conférence de l'École technique - École des métiers Lausanne, 12 rue de Sébeillon.

Nyon

La bobologie familiale

Conférence avec la doctoresse Brigitte Zirbs, médecin homéopathe. Mercredi 4 novembre, 20 h, centre paroissial des Horizons, 9 avenue des Eules à Nyon. Les sections intéressées sont cordialement invitées à partager cette soirée. Pour tout renseignement, prendre contact avec Lucienne Mühlethaler au 079 388 02 61.

Publicité

Civière scoop 630A

en aluminium avec 3 sangles, une fois pliable dans le sens de la longueur

Art. 3300
Civière scoop 630A
poids: 10 kg
largeur: 43 cm
longueur dépliée: min. 167 cm, max. 201 cm
longueur repliée: 120 mm

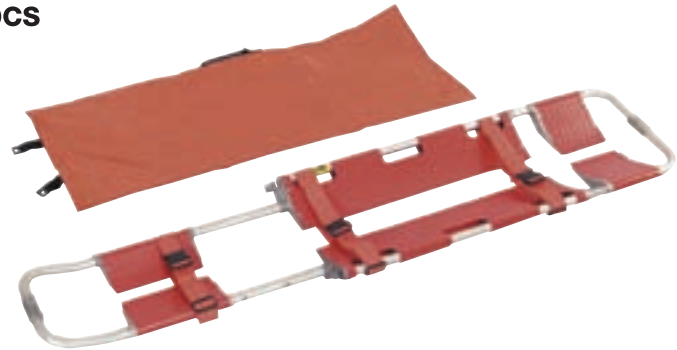
CHF 850.–

NOMBRE

Art. 3203
Housse en nylon 630CS
pour civière scoop

CHF 99.–

NOMBRE



Prix avec TVA

Commande Civière scoop 630A

samaritains

Envoyez votre commande à:
Alliance suisse des samaritains
Service des ventes
Case postale, 4601 Olten

Téléphone 062 286 02 85
Fax 062 296 03 71
e-mail shop@samariter.ch
http://shop.samariter.ch

W-025/2009-F

No. Client | Section/Ass.

Nom | Prénom

Rue | NPA/Lieu

Téléphone | e-mail